



留学生ノート

International Student Handbook

武蔵野大学 国際課

Musashino University International Relations Office

2024 年度



目次 / CONTENTS

序 章 武蔵野大学の留学生として覚えておくこと (Things to remember as an international student at Musashino University)		
0-1.	各種手続きで行くべき場所 / Places you should visit for various procedures5
0-2.	MUSCAT6
0-3.	MURAS7
第1章 日本の在留手続きについて (Entering and Residing in Japan)		
1-1.	在留管理制度 / About your Residence Card8
1-2.	日本出国と再入国の手続き / Temporary Departure From Japan and Re-entry9
1-3.	在留期間の更新手続き / Student Visa Extension10-11
1-4.	資格外活動許可—アルバイト— / Part-time work permit12
	東京入国管理局アクセス / Tokyo Regional Immigrations Bureau access13
1-5.	アルバイト等における租税免除について / Income tax exemption14
1-6.	各種手続きが終わったら / After completion of the procedures14
1-7.	注意！ / Caution!14
第2章 学生生活について (Student Life)		
2-1.	在籍確認 / Monthly attendance check15
	在籍確認の日程 / Monthly Attendance check schedule15
2-2.	国民健康保険 / National Health Insurance16
2-3.	国民年金 / Japanese National Pension System16
2-4.	マイナンバー / Social Security and Tax Number System (My Number System)17
2-5.	学生教育研究災害傷害保険 / Personal and Third-Party Accident Insurance17
2-6.	健康管理 / Health Management18
2-7.	日本語学習カウンセリング / Japanese Language Study Counselling18
2-8.	国際交流イベント / International Exchange Event19
2-9.	バディ制度 / Buddy Program19
2-10.	プレイヤールーム / Prayer Room19
2-11.	各種奨学金 / Scholarships20
2-12.	成績評価と判定基準 Grading System20
2-13.	進級や卒業について / Program Progression and Graduation21
2-14.	特定欠席・長期欠席について / Bereavement and Extended Leave21
2-15.	休学・退学・除籍・卒業について / Withdrawal & Graduation from MU22
第3章 日常生活について (Daily Life)		
3-1.	くらしのルール / Living customs23-24
3-2.	日本での住居探しや引越しについて / Finding own accommodation in Tokyo24-26
3-3.	運賃の学生割引制度(学割)について / Student travel concessions26
3-4.	防災・火災について Disaster prevention and fore26-27
3-5.	詐欺・勧誘に注意を / Fraud & illicit solicitations28
参照:	大学周辺の医療機関 / Nearby medical facilities29-30

はじめに

この留学生ノートは、留学生にとって必要な情報が載っています。よく読んで、1年間大切に保管して下さい。日本での生活の中で何かわからないことがあれば、まずこの留学生ノートを見返してみましょう。留学生ノートを読んでもわからないことは、必ず、先生方や事務職員に確認してください。留学生ノートは1年ごとに更新されます。

日本での生活には、皆さんの母国の習慣と異なるルールなどがあります。また、大学は、学生であるみなさんが自主的に勉強する場所です。高校や日本語学校の制度と異なる点があります。それぞれ違いなどを十分理解しましょう。

Foreword

This international student handbook contains information necessary for foreign students. Please read it carefully and keep it for a year. If you have any questions about life in Japan, take a look at this handbook. If you still have any questions after reading this handbook, please make sure to ask your professors/instructors or the IRO staff. This handbook is updated annually.

In Japan, there are rules and customs that are different from those of your home country. Also, please note that students learn independently at universities, which is different from the system of high school and Japanese language schools. Please keep it in mind always.

2024(令和6)年度 武蔵野大学「学年暦」 Academic Calendar

—2024年(令和6年)—

	日	月	火	水	木	金	土
3月	17	18	19	20 春分の日	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
		人数制限	人数制限	予備登録	人数制限		
					履修登録(上級生) 上級生ガイダンス		

■2024(令和6)年度

	日	月	火	水	木	金	土
4月	3/31	1	2	3	4	5	6
				入学式		履修登録(1年生)	
	7	8	9	10	11	12	13
		人数制限	人数制限	予備登録	人数制限		
	14	15	16	17	18	19	20
		I-①	I-①	I-①	I-①	I-①	I-①
	21	22	23	24	25	26	27
				訂正登録			
	28	29 昭和の日 (授業実施日)	30				
		I-③	I-③				

	日	月	火	水	木	金	土
5月				1 昭和の日 (4/29) の振替休日	2 海の日 (7/15) の振替休日	3 憲法記念日	4 みどりの日
	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10	11
			I-④	I-④	I-④	I-④	I-④
	12	13	14	15	16	17	18
			I-④	I-④	I-④	I-④	I-④
	19	20	21 創立記念日	22	23	24	25
		I-⑤	同慶節	I-⑤	I-⑤	I-⑤	
	26	27	28	29	30	31	
		I-⑥	I-⑥	I-⑥	I-⑥	I-⑥	

	日	月	火	水	木	金	土
6月							1 I-⑥
	2	3	4	5	6	7	8
		I-⑦	I-⑦	I-⑦	I-⑦	I-⑦	I-⑦
	9	10	11	12	13	14	15
						試験・補講	II-①
	16	17	18	19	20	21	22
		II-①	II-①	II-①	II-②	II-②	
	23	24	25	26	27	28	29
		II-②	II-②	II-②	II-③	II-③	II-③
	30						

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
		II-③	II-③	II-③	II-④	II-④	II-④
	7	8	9	10	11	12	13
			II-④	II-④	II-⑤	II-⑤	II-⑤
	14	15 海の日 (授業実施日)	16	17	18	19	20
		II-⑤	II-⑤	II-⑤	II-⑥	II-⑥	II-⑥
	21	22	23	24	25	26	27
		II-⑥	II-⑥	II-⑥	II-⑦	II-⑦	II-⑦
	28	29	30	31			
		II-⑦	II-⑦	II-⑦			

	日	月	火	水	木	金	土
8月							
							試験・補講
	4	5	6	7	8	9	10
	11 山の日	12 振替休日	13	14	15	16	17
		夏期一斉休業 (8/11~8/17)					
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

	日	月	火	水	木	金	土
9月	1	2	3	4	5	6	7
						履修登録	
	8	9	10	11	12	13	14
		人数制限	人数制限	予備登録	人数制限		
	15	16 敬老の日	17	18	19	20	21
					前期卒業・修了式 後期入学式 (7/27)	III-①	III-①
	22 秋分の日	23 振替休日 (授業実施日)	24	25	26	27	28
		III-①	III-①	III-①	III-①	III-②	III-②
	29	30					
		III-②					

I	1 学期(4/15~6/8)	III	3 学期(9/20~11/11)
II	2 学期(6/13~7/31)	IV	4 学期(11/19~1/25)
①~⑦: 授業週			
夏期集中授業期間 (8/5~9/18)		春期集中授業期間 (1/28~2/3)	

	日	月	火	水	木	金	土
10月							
			III-②	III-②	III-②	III-③	III-③
	6	7	8	9	10	11	12
			III-③	III-③	III-③	III-③	摩耶祭準備
	13 摩耶祭	14 スポーツの日 摩耶祭片付け	15	16	17	18	19
		III-④	III-④	III-④	III-④	III-④	
	20	21	22	23	24	25	26
		III-④	III-⑤	III-⑤	III-⑤	III-⑤	III-⑤
	27	28	29	30	31		
		III-⑤	III-⑥	III-⑥	III-⑥		

	日	月	火	水	木	金	土	
11月							1 III-⑥	
							III-⑥	
		3 文化の日	4 振替休日 (授業実施日)	5	6	7	8	9
			III-⑥	III-⑦	III-⑦	III-⑦	III-⑦	III-⑦
	10	11	12	13	14	15	16	
			III-⑦			黎明祭準備	黎明祭	
	17 黎明祭	18 黎明祭片付け	19	20	21	22	23 勤労感謝の日 (授業実施日)	
		IV-①	IV-①	IV-①	IV-①	IV-①	IV-①	
	24	25	26	27	28	29	30	
		IV-①	IV-②	IV-②	IV-②	IV-②	IV-②	

	日	月	火	水	木	金	土
12月	1	2	3	4	5	6	7
		IV-②	IV-③	IV-③	IV-③	IV-③	IV-③
	8	9	10	11	12	13	14
		IV-③	IV-④	創立100周年 記念法要・式典	IV-④	IV-④	IV-④
	15	16	17	18	19	20	21
		IV-④	IV-⑤	IV-④	IV-⑤	IV-⑤	IV-⑤
	22	23	24	25	26	27	28
		IV-⑤	授業回調整 (休講日)	授業回調整 (休講日)	振替休日 (9/23) の振替休日	振替休日 (11/4) の振替休日	勤労感謝の日 (11/23) の振替休日
	29	30	31				

—2025年(令和7年)—

	日	月	火	水	木	金	土
1月				1 元日	2	3	4
					冬期一斉休業 (1/29~1/5)		
	5	6	7	8	9	10	11
		IV-⑥	IV-⑥	IV-⑤	IV-⑥	IV-⑥	IV-⑥
	12	13 成人の日	14	15	16	17	18
			授業回調整 (休講日)	IV-⑥	IV-⑦	大学入学 共通テスト準備	大学入学 共通テスト
	19 大学入学 共通テスト	20	21	22	23	24	25
		IV-⑦	IV-⑦	IV-⑦	試験・補講	IV-⑦	IV-⑦
	26	27	28	29	30	31	
		試験・補講					

	日	月	火	水	木	金	土
2月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11 建国記念の日	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26	27	28	29

	日	月	火	水	木	金	土
3月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
					卒業式・修了式 (2/27)		
	16	17	18	19	20 春分の日	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

Musashino University AY2024 Academic Calendar

March 2024

	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	17	18	19	20 NH	21	22	23
Mar	24	25	26	27	28	29	30

*1 For Sophomore, Junior and Senior *3 The dates are subject to change
 *2 For Freshman

AY2024

	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	3/31	1	2	3	4	5	6
				Entrance Ceremony *3	Guidance·Orientation *2 ·Health checkup	Course registration *2	
Apr	7	8	9	10	11	12	13
		Class capacity limit	C registration	C registration	Class capacity limit		
	14	15	16	17	18	19	20
		Guidance·Orientation *2 ·Health checkup					
	21	22	23	24	25	26	27
		I-1	I-1	I-1	I-1	I-1	I-1
	28	29 NH	30				
		Regular Class Day	I-2	I-2	I-2	I-2	I-2

				1	2	3 NH	4 NH
	5 NH	6 NH	7	8	9	10	11
			I-4	I-3	I-3	I-3	I-3
May	12	13	14	15	16	17	18
		I-4	I-5	I-4	I-4	I-4	I-4
	19	20	21	22	23	24	25
			Foundation Day	I-5	I-5	I-5	I-5
	26	27	28	29	30	31	
		I-6	I-6	I-6	I-6	I-6	

							1
	2	3	4	5	6	7	8
		I-7	I-7	I-7	I-7	I-7	I-7
June	9	10	11	12	13	14	15
		Make-up class/exam			II-1	II-1	II-1
	16	17	18	19	20	21	22
		II-1	II-1	II-1	Course registration adjustment	II-2	II-2
	23	24	25	26	27	28	29
		Course registration adjustment	II-2	II-2	II-2	II-3	II-3
	30						

		1	2	3	4	5	6
		II-3	II-3	II-3	II-4	II-4	II-4
July	7	8	9	10	11	12	13
		II-4	II-4	II-4	II-5	II-5	II-5
	14	15 NH	16	17	18	19	20
		Regular Class Day	II-5	II-5	II-6	II-6	II-6
	21	22	23	24	25	26	27
		II-6	II-6	II-6	II-7	II-7	II-7
	28	29	30	31			
		II-7	II-7	II-7			

					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
		Make-up class/exam					
		Summer Intensive Term					
Aug	11 NH	12 NH	13	14	15	16	17
		Office Closure					
	18	19	20	21	22	23	24
		Summer Intensive Term					
	25	26	27	28	29	30	31
		Summer Intensive Term					

	1	2	3	4	5	6	7
		Course registration					
		Summer Intensive Term					
8	9	10	11	12	13	14	
		Class capacity limit	C registration	Class capacity limit			
		Summer Intensive Term					
15	16 NH	17	18	19	20	21	
		Summer Intensive Term			Grad. Ceremony Ent. Ceremony *3	III-1	III-1
22 NH	23 NH	24	25	26	27	28	
	Regular Class Day	III-1	III-1	III-1	III-1	Course registration adjustment	
29	30						
		Course registration adjustment	III-2	III-2	III-2	III-2	

Spring Semester

I-1~(7) Term 1

II-1~(7) Term 2

Summer Intensive Term

NH National Holiday

Fall Semester

III-1~(7) Term 3

IV-1~(7) Term 4

Spring Intensive Term

No-Class Day

	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4	5
			III-2	III-2	III-2	III-3	III-3
Oct	6	7	8	9	10	11	12
		III-3	III-3	III-3	III-3	Preparation Maya Festival	Maya Festival
	13	14 NH	15	16	17	18	19
		Maya Festival	Cleanup Maya Festival	III-4	III-4	III-4	III-4
	20	21	22	23	24	25	26
		III-4	III-5	III-5	III-5	III-5	III-5
	27	28	29	30	31		
		III-5	III-6	III-6	III-6		

							1	2
							III-6	III-6
	3 NH	4 NH	5	6	7	8	9	
		Regular Class Day	III-7	III-7	III-7	III-7	III-7	
Nov	10	11	12	13	14	15	16	
		III-7	Make-up class/exam		Preparation Reimei Festival	Reimei Festival		
	17	18	19	20	21	22	23	
		Reimei Festival	Cleanup Reimei Festival	IV-1	IV-1	IV-1	IV-1	
	24	25	26	27	28	29	30	
		IV-1	IV-2	IV-2	IV-2	IV-2	IV-2	

	1	2	3	4	5	6	7
		IV-2	IV-3	IV-3	IV-3	IV-3	IV-3
Dec	8	9	10	11	12	13	14
		IV-3	IV-4	100th Anniversary Celebration	IV-4	IV-4	IV-4
	15	16	17	18	19	20	21
		IV-4	IV-5	IV-4	IV-5	IV-5	IV-5
	22	23	24	25	26	27	28
		IV-5					
	29	30	31				
		Office Closure					

				1 NH	2	3	4
				Office Closure			
	5	6	7	8	9	10	11
		IV-6	IV-6	IV-5	IV-6	IV-6	IV-6
Jan	12	13 NH	14	15	16	17	18
				IV-6	IV-7	Preparation (Ent. Exam)	Entrance Exam
	19	20	21	22	23	24	25
		Entrance Exam	IV-7	IV-7	IV-7	Make-up class/exam	IV-7
	26	27	28	29	30	31	
		Make-up class/exam	Spring Intensive Term				

							1
	2	3	4	5	6	7	8
		Intensive Term					Spring
Feb	9	10	11	12	13	14	15
			11 NH				
	16	17	18	19	20	21	22
	23 NH	24 NH	25	26	27	28	

							1
	2	3	4	5	6	7	8
Mar	9	10	11	12	13	14	15
					Graduation Ceremony *3		
	16	17	18	19	20 NH	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
	30	31					

キャンパス/国際課紹介 Introduction to Campus/International Relations Office

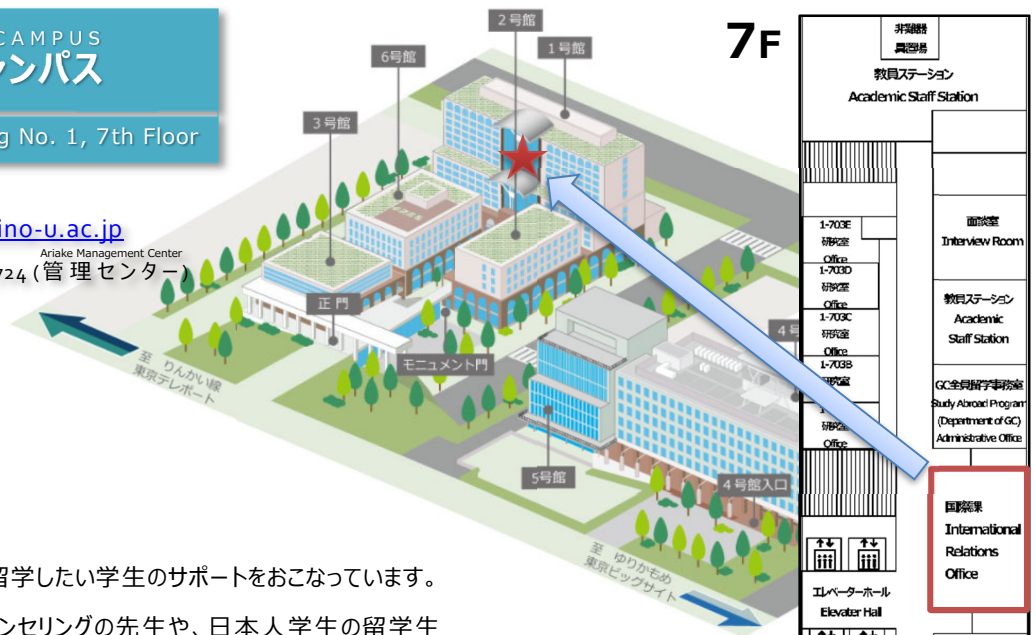
ARIAKE CAMPUS 有明キャンパス

1号館7階 | Building No. 1, 7th Floor

T: 03-5530-7418

E: kokusai@musashino-u.ac.jp

Holidays and After-Hours: Ariake Management Center
休日・夜間: 03-5530-7724 (管理センター)



国際課は、留学生や留学したい学生のサポートをおこなっています。また、日本語学習カウンセリングの先生や、日本人学生の留学生サポーターもみなさんをサポートします。語学や留学に関する情報誌、書籍も随時提供しています。ルールを守って、利用しましょう。

The International Relations Office assists all inbound and outbound students. Our team also works closely with the Japanese language counselling team to support you during your time abroad here. Do not hesitate to visit or contact us if you have any concerns.

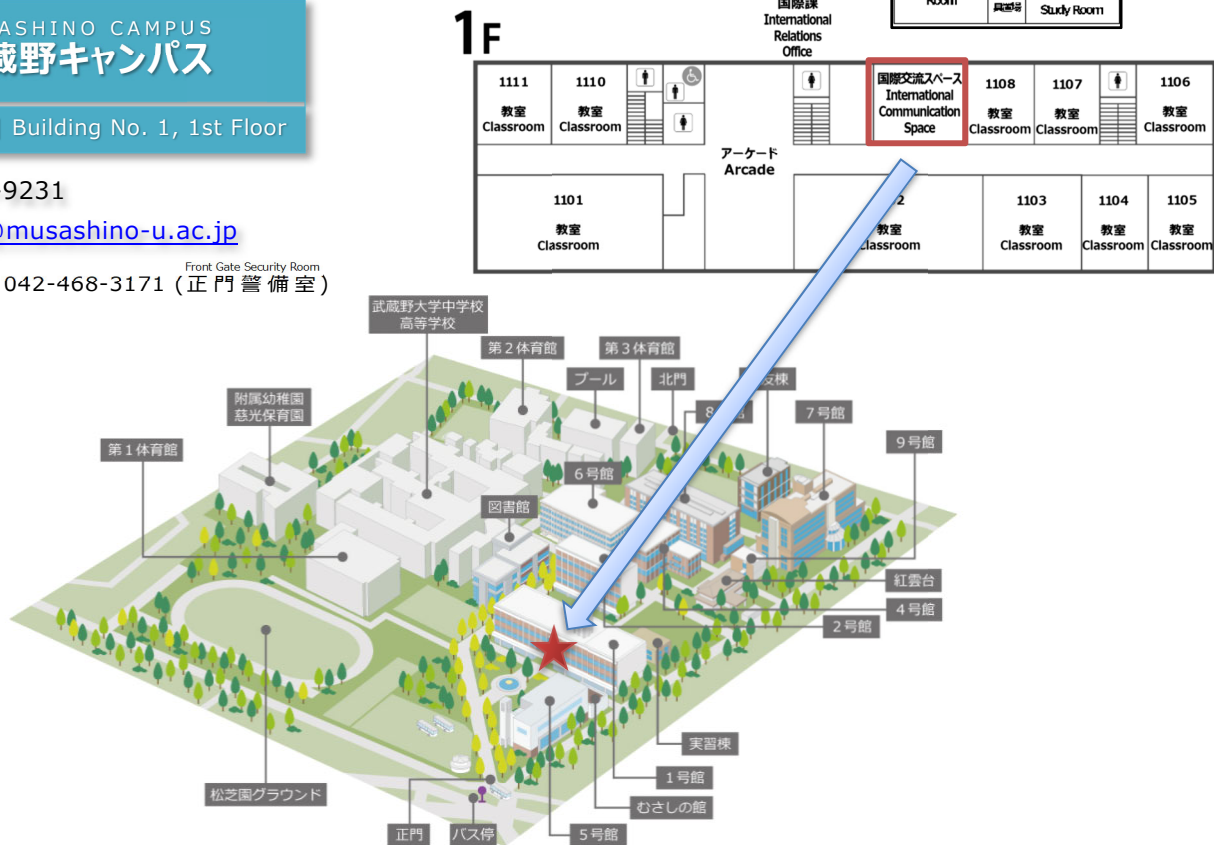
MUSASHINO CAMPUS 武蔵野キャンパス

1号館1階 | Building No. 1, 1st Floor

T: 042-468-9231

E: kokusai@musashino-u.ac.jp

Holidays and After-Hours: Front Gate Security Room
休日・夜間: 042-468-3171 (正門警備室)



序章 各種手続きで行くべき場所 PROCEDURE QUICK CHART

在学中に各種手続きを行いたい場合は、下記の表を参考に各事務部署の窓口にお越しください。

内容	有明キャンパス	武蔵野キャンパス	
<ul style="list-style-type: none"> 一時帰国、海外渡航時の手続き 在留資格更新、変更の手続き 休学・退学の手続き 住所変更・電話番号変更の手続き その他日本で生活相談等 	国際課 1号館 7階	武蔵野国際課 1号館 1階	<p>分からないことがあれば、まずは国際課、国際交流スペースへ来てください。メールでの問い合わせも可能です。 kokusai@musashino-u.ac.jp</p> <p>MUSCAT も必ず日頃から確認するようにしましょう。</p> <p>Visit International Relations Office (IRO) or International Communication Space if you have any questions, or Email us at kokusai@musashino-u.ac.jp</p> <p>Make sure to check MUSCAT daily as well.</p>
<ul style="list-style-type: none"> 学生証の紛失・再発行の手続き 学費の延納手続き 紛失物を拾った/探したい 	学生支援課 1号館 1階	武蔵野学生支援課 6号館 1階	
<ul style="list-style-type: none"> 履修、授業について (協定留学生は、まず国際課へ) 	学務課 1号館 1階	武蔵野学務課 6号館 1階	
<ul style="list-style-type: none"> 資格試験、就職について 	キャリアセンター支援課 4号館 2階	武蔵野キャリアセンター支援課 6号館 1階	
<ul style="list-style-type: none"> 怪我をした 体調が悪い 	保健室 1号館 1階	保健室 2号館地下 1階	
<ul style="list-style-type: none"> 心・友人関係の悩み等 	学生相談室 1号館 1階	学生相談室 2号館地下 1階	

If you need to complete various procedures during your enrollment, please refer to the table below and visit the respective administrative department's counter.

What you want to do	Ariake Campus	Musashino Campus
Temporary departure from Japan Status of residence and expiry date enquiries Program withdrawal (temporary or permanent) I have a question about living in Japan I have changed my address and/or phone number	International Relations Office (IRO) Bldg. No. 1, 7F	International Communication Space Bldg. No. 1, 1F
I have lost my student ID card and need a new one I need a payment extension for my tuition fees Lost and found	Student Support Office Bldg. No. 1, 1F	Student Support Office Bldg. No. 6, 1F
I would like to ask about course enrolments or my classes	Academic Affairs Administrative Office Bldg. No. 1, 1F	Academic Affairs Administrative Office Bldg. No. 6, 1F
I would like to ask about qualification exams, or receive career advice	Career Support Office Bldg. No. 4, 2F	Career Support Office Bldg. No. 6, 1F
I have injured myself I am not feeling well	Health Center Bldg. No. 1, 1F	Health Center Bldg. No. 2, B1F
I want to speak to someone regarding a personal issue	Counselling Room Bldg. No. 1, 1F	Counselling Room Bldg. No. 2, B1F

MUSCAT <https://muscat.musashino-u.ac.jp/portal/top.do>

大学からの行事案内や奨学金募集、履修登録、時間割の確認、成績の確認、教員からのお知らせ、その他お知らせや連絡は MUSCAT→「大学からのお知らせ」または「あなたあてのお知らせ」で案内します。

毎日、必ず確認してください。MUSCATを確認せずに、大事な手続きができなかった場合、皆さん自身の責任となってしまうので、気をつけてください。

The University provides all information and all announcements through MUSCAT – e.g. special events, scholarship applications, course registration, class timetables, academic performance records, notices from teachers, etc.

Please check **MUSCAT every day**. If you fail to check the messages on MUSCAT and fail to comply with the necessary procedures, all the fault and responsibilities will be attributed to you.

MUSCAT の使い方 How to use MUSCAT

■ MUSCATにログインをする

【MUSCAT URL】 <https://muscat.musashino-u.ac.jp/portal/>

The screenshot shows the MUSCAT login interface. A red box highlights the 'ユーザーID' (User ID) and 'パスワード' (Password) input fields, with a callout box stating 'Log in with your username and password'. Another red box points to the 'ログイン' (Login) button. A third red box points to the 'アカウント通知書' (Account Notification) section, listing 'ID' and 'パスワード' (Password) as items to be notified.

■ お知らせの確認方法

The screenshot displays the notification page with several callout boxes:

- Information or updates about your classes:** Points to the '授業のお知らせ' (Class announcements) section, listing '休講' (Absence), '補講' (Supplementary lecture), and '教室変更など' (Classroom change, etc.).
- Official updates from the university, incl. course enrolments, grades, etc.:** Points to the '大学からのお知らせ' (Announcements from the university) section, listing '履修登録' (Course registration), '成績公開' (Grade release), and '転部転科など' (Department/program transfer, etc.).
- あなたあてのお知らせ:** Points to the 'あなたあてのお知らせ' (Announcements for you) section, listing '成績変更' (Grade change) and '単位認定など' (Credit recognition, etc.).
- Private messages incl. grade changes, credits etc.:** Points to the 'あなたあてのお知らせ' section.
- 就職のお知らせ:** Points to the '就職のお知らせ' (Career announcements) section, listing 'セミナー' (Seminar), '説明会' (Information session), and '内定情報など' (Job offer information, etc.).
- Career related items incl. seminars, and info sessions:** Points to the '就職のお知らせ' section.

※MUSCATは毎日確認が必要です。最新情報が随時掲載されます。

Important news is posted up everyday, so check MUSCAT frequently to avoid falling behind.

MURAS (武蔵野大学外国人学生管理システム) <https://muras.jp/sp/login>

留学生に関する各種申請（在留資格関係、住所変更を含む学籍内容変更手続き、休学・退学・除籍に関する国際課での面談手続き、日本出国届・日本再入国届等）をMURASから行うことができます。

武蔵野大学に所属する外国人学生は、必ず、全員登録する必要があります。

Various applications for international students (Status of Residence, Procedures for Changing the Contents of a Student, Change of Address, Interview Procedures at the International Relations Office Regarding Leave of Absence, Withdrawal from University, Departure Form (from Japan) / Re-entry Form (to Japan), etc.) can be made through MURAS.

All foreign students affiliated with Musashino University must be registered.

MURAS の使い方 How to use MURAS

The image shows a screenshot of the MURAS system interface with several annotations explaining the login and application processes.

ログイン (Login): The login page has fields for E-mail and パスワード (Password). A red box highlights these fields with the text "Log in with your username and password". A red arrow points from the "パスワード" field to a red box containing "ID: アカウント通知書記載ID". A blue box contains the text "パスワードを忘れた方はこちら".

トップ (Top): The top page shows a table with columns: 現在地 (Current Location), 申請状況 (Application Status), and 在留期限 (Residence Period). The table contains the following data:

現在地	申請状況	在留期限
日本	2022/01/06	2022/04/29 却下

Below the table, there is a section for "お知らせ" (Notice) and "申請者ステータス" (Applicant Status) showing "在学中" (Currently Studying).

Annotations:

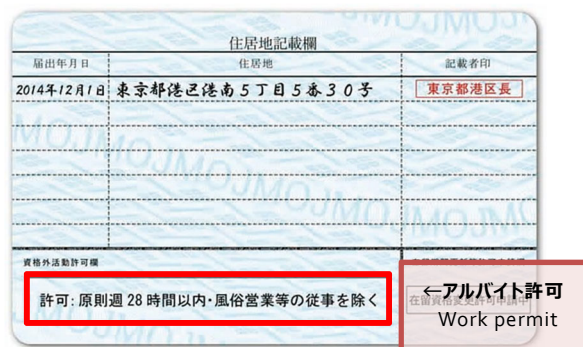
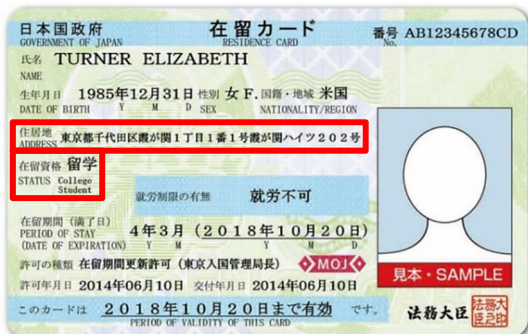
- A yellow box explains when to upload a residence card: "以下の時は、ここから在留カードをアップロードしてください。" (In the following cases, please upload your residence card from here.)
 - ・新規発行したとき (When a new residence card is issued)
 - ・更新したとき (When a residence card is renewed)
 - ・再発行したとき (When a residence card is reissued)
 - ・住所変更したとき (裏面の住所記載後) (When an address is changed (After listing the address on the back of the residence card))
 - ・休学するとき (When taking a leave of absence from University)
 - ・退学・除籍するとき (When expelling from University)
 - ・一時帰国するとき (When returning home temporarily)
- A red box highlights the "問い合わせ" (Contact Us) button, with the text "お問い合わせ機能 /Contact Us".
- A green box highlights the "申請" (Application) button, with the text "各申請機能" (Each application function) and a list:
 - ・在留申請 (Residency Application)
 - ・「留学」への変更 (Change to "study abroad")
 - ・日本出国届/日本再入国届 (Departure Form (from Japan) / Re-entry Form (to Japan))
 - ・面談申請 (Application for interview (leave of absence from University, expulsion from University, etc.))

第 1 章 日本の在留手続きについて RESIDENT REGISTRATION

1-1. 在留管理制度 ABOUT YOUR RESIDENCE CARD

みなさんはすでに「在留カード」を交付されています。日本に留学している間は、**常に携帯しなければなりません**。日本から出国するときには、みなし再入国または再入国許可を受けている場合を除き、空港で出入国審査官に提出しなければなりません（返納といいます）。

You should already have a Residence Card. **You must carry this card with you at all times** for ID purposes. The card is ordered to be returned at the airport when you depart from Japan (unless you have a re-entry permit or a special re-entry permit).



次の事項に変更があったら、14 日以内に届け出なければなりません。

REPORT THE BELOW WITHIN 14 DAYS

住所の変更:

旧住所の市区役所に転出届を出した上で、新しい住居地域の市区役所に転入届を出す。

Address change:

Submit a *notification of moving out* to the local municipal office of your old residence, then submit a *notification of moving in* to the local municipal office of the new residence.

学校（所属機関）が変わった時:

出入国在留管理局、地方入国管理官署へ届ける。郵送またはオンライン登録も可能です。

Change of school/university:

Inform your nearest immigration bureau. You can also submit your notification by postal mail or online.

出入国在留管理局電子届出システム (e-Notification System)

http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/point_3-4.html

在留カードをなくしたとき:

在留カードを紛失した場合には、近隣の警察署または交番で紛失届を提出してください。それから、出入国在留管理庁で再交付手続きをしてください。再交付後は、MURAS に再登録してください。

Lost your Residence Card:

Immediately inform the police, and then inform the nearest immigration bureau.

住民票について

住所のほか外国人登録してある内容を証明するものです。奨学金の申請等で必要になることがあります。市・区役所市民課および出張所等で申請します。手数料（300 円程度）が必要です。

Certificate of Residency

This certificate is obtainable from the municipal office (300 yen per sheet). The certificate may be requested for some procedures such as scholarship applications.

1-2. 日本出国と再入国の手続き TEMPORARY DEPARTURE FROM JAPAN AND RE-ENTRY

国際課にて AT IRO

いかなる理由であっても日本から出国する場合は、必ず「日本出国届」を MURAS で国際課に提出してください。

身内に不幸があったり、家族の問題が起きたりして、緊急帰国する場合も国際課で帰国届の提出が必要です。また、先生方が心配しないように、担当教員にも自分で連絡をしておきましょう。

▶ http://muras.jp/sp/various_application/3
日本出国届
QRコード→



If you need to temporarily leave Japan for any reason (including emergency situations), submit the "Departure Form (from Japan)" to IRO via MURAS prior to departure.

Your instructors/professors will be concerned about your class attendance, so notify them in advance as well.

▶ http://muras.jp/sp/various_application/3
Departure Form (from Japan)
QR code→



日本に再入国したら **すぐに (2日以内) 「日本再入国届」を MURAS で提出** して下さい。

※「日本再入国届」の入力画面は、「日本出国届」の際に、入力した再入国予定日以降、自動的に MURAS のトップ画面に「日本再入国届」の入力画面が表示されます。「日本出国届」を提出しないと表示されませんので、必ず、事前に「日本出国届」を提出してください。

▶ <http://muras.jp/sp/>
MURAS トップ画面
QRコード→



Please submit the "Re-entry Form (to Japan)" via MURAS immediately (within 2 days) after your return to Japan.

※ The input screen for the "Re-entry Form (to Japan)" will automatically appear on the top screen of MURAS after the scheduled return date you input during the "Departure Form (from Japan)". It won't be displayed unless the "Departure Form (from Japan)" has been submitted, so please be sure to submit the "Departure Form (from Japan)" in advance.

▶ <http://muras.jp/sp/>
MURAS top screen
QR code→



空港にて AT THE AIRPORT

日本を離れて帰国、旅行する場合は、空港で在留カードを提示するとともに、再入国出国用 E Dカードのみなし再入国許可による出国の意図表明欄にレ (チェック) して提出すれば、一時出国することができます。この制度を「みなし再入国」といいます。出国してから **1年以内に再入国しなかった場合、在留資格が失効します。**

※1年以上日本を離れる場合 (休学等) 必ず出入国在留管理庁にて「再入国許可」申請をしてください。

Before departing from Japan, be sure to present your residence card at the airport, fill out the form below, and submit it to to immigrations at the passport check counter. With this procedure, you can obtain the special-reentry permit if you are planning to return to Japan within one year.

※ You need to apply "Re-entry permit" at Immigration Services Agency if you leave Japan for more than one year (due to leave of absence etc.)

出国予定期間のいずれかに必ず☑して下さい。

次の方は、必ずいずれかに☑して下さい。

- 再入国を希望する方は、
☑ 1. 一時的な出国であり、再入国する予定です。
I am leaving Japan temporarily and will return.
- 有効な「再入国許可」をお持ちの方で、有効期間内に再入国の予定がない方は、
☑ 2. 「再入国許可」の有効期間内に再入国の予定はありません。
I do not plan to re-enter Japan while my re-entry permit is valid.
(地方入国管理官署で「再入国許可」を受けており、その有効期間内に再入国予定のない方は、☑して下さい。)
(Check this box if you do not plan to re-enter Japan while your re-entry permit, which you have obtained at a regional immigration bureau, is valid.)

1-3. 在留期間の更新手続き（在留資格：留学） STUDENT VISA EXTENSION

在留期間更新の手続きは、満了の**3ヶ月前から**受け付けています。該当期がきた学生は、国際課より所属機関証明を受取り、ご自身で出入国在留管理庁に行き在留期間更新許可申請を行ってください。在留期間満了日までに申請を行わない場合、不法残留として強制退去の対象になります。また、在留資格喪失となり、学則により武蔵野大学は除籍となります。

You may begin the process of extending your visa from within 3 months before your current expiry date. When the relevant time comes, please obtain a certificate for visa extension by IRO and go to the Immigration Bureau to apply for permission to extend your period of stay by yourself. If you stay longer than the specified period of stay, you will be subject to forced eviction or criminal penalties as illegally remaining. In addition, loss of status of residence will result in expulsion from Musashino University in accordance with the school regulations.

手続きの流れ PROCEDURE

所属機関証明書発行に際して、申込の必要はありません。以下の手順で手続きを各自行ってください。

You do not need to apply for a certificate of affiliation. Please follow the procedures below.

- ① MURAS に登録されている情報に不備がないか確認する。MURAS の申請者ステータスが「在学中」でない場合所属機関証明書は発行できませんので、在留期間満了日の3か月前までに情報入力・修正を完了させてください。
 - ② 在留期限3か月前になりましたら所属機関証明書を発行します。発行完了後 MUSCAT にて通知します。
 - ③ 本人記入の申請書や必要書類を揃える
 - ④ 出入国在留管理庁へ申請
※在留期間満了日まで
 - ⑤ 出入国在留管理庁にて在留カードを受取る
※ハガキに記載の受取期日まで
 - ⑥ 更新後、MURAS へ新しい在留カード情報を提出
※受取後 1 週間以内
- ① Please check if your personal information registered in MURAS is complete. If the applicant's status on MURAS is not "Student", the Certificate of Affiliation cannot be issued, so please enter and correct the information at least three months before the expiration date of your stay in Japan.
 - ② The certificate of affiliation will be issued three months prior to the expiration date of the visa. IRO will notify you via MUSCAT after the issuance is completed.
 - ③ Prepare all the other necessary documents for your visa application.
 - ④ Submit all the documents to the immigration bureau by yourself.
***Until the expiration date of the period of stay**
 - ⑤ Receive new residence card at Immigration Bureau.
***Until the date of receipt stated in the notice received from Immigration Bureau**
 - ⑥ After renewal is completed, please upload new residence card on MURAS.
***Within 1 week after receiving the residence card**

必要書類 NECESSARY DOCUMENTS

- ① 在留期間更新許可申請書(QR①)
 - ② 所属機関等作成書類
 - ③ 在学証明書および成績証明書
※学内の証明書自動発行機にて
 - ④ 手数料 4,000 円 (収入印紙)
 - ⑤ 旅券、在留カード、学生証 (呈示用)
 - ⑥ 証明写真 1 枚 (タテ 4 cm×ヨコ 3 cm)
- ① Application for Extension of Period of Stay(QR①)
 - ② "For organization" sections of the application form
 - ③ Certificate of Enrollment and Academic Transcript (purchase from on-campus certificate vending machine)
 - ④ ¥4,000 in revenue stamps
 - ⑤ Passport, resident card, student card
 - ⑥ 4cm(h) x 3cm(w) passport photo taken within 3 months

①は下記の出入国在留管理庁の HP から印刷してください。

②は国際課が作成します。



You can download ①(The Application form) from the website below.

②(For Organization part) will be issued by IRO.

在留期間更新許可申請書 (Visa extension application form):
<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-3-1.html>

注意事項 CAUTION

・**留年や成績不良等の修学状況によっては、更新不許可となり、「留学」資格を喪失する可能性があります。**在留資格を喪失すると武蔵野大学で学修を続けることはできませんのでご注意ください。

・武蔵野大学に入学してから初めて更新する方は、入学前に在籍した学校の卒業（在籍）証明書、出席率・成績証明書を求められることがあります。

・個別に上記以外の資料を求められる場合があります。

例) 経費支弁を立証する資料

(預金通帳の写し・送金証明書・奨学金支給証明書等)

・ Depending on your study situation such as repeated grades or poor grades, renewal may not be permitted, and you will not be able to continue your study in Musashino University.

・ If you are a newly commencing student, you may be asked to present the following documents from the Japanese language school you previously attended: proof of graduation & enrollment, and attendance record.

・ In some cases you may be requested to present documentation not listed above for eg. bank account statement, proof of scholarship etc.

参考 (Full information)法務省 在留期間更新許可申請
<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-3.html>

1-4. 資格外活動許可 –アルバイト– PART-TIME WORK PERMIT

「留学」の在留資格は、大学で勉学を行うために与えられるもので、就労は認められません。また、留学生が学費や生活費を補う目的でやむを得ずアルバイトをする場合は、出入国在留管理庁で「資格外活動許可」を受ける必要があります。

申請方法 HOW TO APPLY

必要書類を揃え、出入国在留管理局で手続きする。

1. 資格外活動許可申請書
(右記 QR 参照)
2. 旅券 (パスポート)
3. 在留カード
4. 学生証 (呈示)

注意事項 CAUTION

許可されるアルバイトの時間は、学部正規生で **1 週間に 28 時間以内**。長期休暇期間中は 1 日 8 時間、週 40 時間以内。(長期休暇期間証明書が必要な場合は、右記 QRコードから申請してください。)

風俗営業および風俗関連営業、個人輸出入・報酬を受ける代理販売、パチンコ店等のアルバイトを除くものとされています。また、喫茶店であっても、店内が暗い場合 (10 ルクス以下) では違法になります。

上記を守らないと資格許可違反になるので、絶対にしないこと! 違反が発覚した場合、日本での就学が継続できなくなります。

A part-time work permit is not automatically included on the student visa – you must apply for this separately. If you did not apply for this in advance at the airport immigration counter when you first arrived, then you can apply for it on your own at the nearest immigration bureau.

Prepare and submit the following to the nearest immigration bureau.

1. Application form
2. Proof of identity such as your passport,
3. Residence card
4. Student card

You are permitted to work **up to 28hrs per week** during school semesters. During official school holiday periods, you may work up to 40hrs per week. (If you need a **certificate of extended leave period**, please use the QR code on the right to apply.)

The work permit prohibits working in adult industries (prostitution, gambling, alcohol), including even cafes with a dark interior of 10 lux or lower, or as a purchasing agent is strictly prohibited. You will be subject to deportation if caught.

Proxy purchasing is considered a trading business, and would require you to change from a student visa to another that allows you to start a business. This will also involve starting a licensed company and paying taxes on profit earned.

全詳細と申請書
ダウンロード

Full details incl.
application form



長期休暇期間証
明書申請

Application for
certificate of
extended leave
period



外国人在留マニュアル/Foreign Resident Manual

東京都民安全推進本部作成のマニュアルです。日本で生活をする上でのルールやマナーについて説明されています。合わせてご確認ください。

This is a manual prepared by the Tokyo Metropolitan Government Office for Promotion of Citizen Safety. Rules and manners for living in Japan are explained. Please check it together.

▶ 日本語



▶ English



出入国在留管理庁 -Immigration Service Agency of Japan-

HP: <http://www.immi-moj.go.jp>

東京出入国在留管理局
-Tokyo Regional Immigration Services Bureau-
 〒108-8255 東京都 港区 港南5-5-30

TEL: 03-5796-7112
 Reception hours Weekdays only
 窓口受付時間: 平日のみ 09:00-16:00

JR 品川駅よりバス 11分
 11 mins bus ride from
 JR Shinagawa Station

JR 天王洲アイランド駅より徒歩 16分
 16 mins walk from
 JR Tennōzū Isle Station

Scan me [QR Code]

立川出張所 -Tachikawa Branch Office-
 〒186-0001 東京都 国立市 北3-31-2
 TEL: 042-528-7179
 Reception hours Weekdays only
 窓口受付時間: 平日のみ 09:00-16:00

JR 立川駅よりバス 15分
 15 mins bus ride from
 JR Tachikawa Station

JR 西国立駅より徒歩 15分
 15 mins walk from
 JR Nishi-Kokuritsu Station

Scan me [QR Code]

1-5. アルバイト等における租税免除について INCOME TAX EXEMPTION

日本は諸外国と租税条約を結んでいます。その中で、留学生に対する租税条約が適用されるものがあります。これは租税条約を結んでいる国から来日した留学生や大学の助手等に支払う賃金（給与）が、**その者の生計、教育等に当てられるものである場合**、「租税条約に関する届出書」を支払先の管轄税務署長に提出することによって、支払者は支払いに際して所得税の源泉徴収（With-holding Tax）の必要がなくなるというものです。国によって金額制限がある場合や、租税条約を結んでいない場合もあります。詳しくは、勤務地最寄りの税務署に相談してみてください。

If your country of citizenship has a tax treaty with Japan, you may be exempted from tax obligations while in Japan (an income threshold may apply). Submit an Application Form for Income Tax Convention to the tax authority governing your residential area. For more information, consult your nearest tax office.

申込方法 HOW TO APPLY

- ① 今から免除したいときは、「租税条約に関する届出書」（右記 QR 参照）に必要事項を記入し、代理支払者（アルバイト先）に提出します。代理支払者が書類を作成し、税務署に提出して許可されれば、以後、給料から源泉徴収されなくなります。
必要書類：在学証明書、パスポート、在留カード
参考：国税庁 HP
https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/shinsei/annai/joyaku/annai/1648_46.htm
- ② すでに支払った源泉税の還付（返還）もできます。以下ホームページから「租税条約に関する源泉徴収税額の還付請求書」（右記 QR 参照）を印刷し、必要事項を記入の上、アルバイト先に提出します。
参考：国税庁 HP
https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/shinsei/annai/joyaku/annai/1648_49.htm
- ③ アルバイト先が変わっている場合は、自分で最寄りの税務署へ提出してください。還付されるまで、1～2ヶ月くらいかかります。



- ① Submit an Application Form for Income Tax Convention to your employer, who will then submit your documents to the tax office. If successful, income tax will not be collected from your pay.

Reference→

https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/shinsei/annai/joyaku/annai/1648_46.htm

- ② If you have already started a part-time job, you can request a tax refund for the amount you have already paid. Submit an Application Form for Refund of the Overpaid Withholding Tax in Accordance with the Income Tax Convention to your employer. The form is available on the following website.

Reference→

https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/shinsei/annai/joyaku/annai/1648_49.htm

- ③ If your workplace has changed, bring the refund application form to the nearest tax office. It usually takes one to two months for the refund to be issued.

1-6. 各種手続きが終わったら WHEN YOU HAVE COMPLETED ALL THE ABOVE

各種手続きが完了したら、7 日以内に必ず各キャンパスの国際課へ報告してください。その際は、パスポート、在留カードを持参してください。

Once each set of procedures is completed, report it to the IRO of each campus within seven days without fail. Also bring your passport and Residence Card.

1-7. 注意！ CAUTION!

身分証明書である「在留カード」、「国民健康保険証」「学生証」を、他人に譲渡したり、売り渡したりする行為は重大な犯罪です。他人に貸し出すこと、帰国時に必要なくなったからといって、他人に渡すことは絶対にしないでください。

It is a serious crime to give or sell your Residence Card, National Health Insurance Card, or Student Card to others under any circumstances.

第 2 章 学生生活について STUDENT LIFE

2-1. 在籍確認 MONTHLY ATTENDANCE CHECK

留学生は全員、月に一度、在籍確認が必要です。大学は出入国在留管理庁へ報告しています。これを怠ると、各種奨学金の対象から除外、各種証明書の発行停止等になります。在留期限の更新ができなくなる可能性もあるので、くれぐれも注意してください。

All international students are required to check their enrollment status once a month.

Attendance Check is operated in cooperation with the immigration Services Agency of Japan.

CAUTION: Inadequate attendance may cause your scholarship to cease, or various other services may become unavailable to you.

在籍確認の日程 MONTHLY ATTENDANCE CHECK SCHEDULE

2024 年度留学生在籍確認について

About MONTHLY ATTENDANCE CHECK for International Students in the 2024 Academic Year

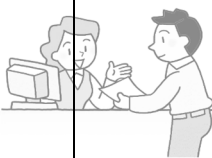
在籍確認の方法 Method of MONTHLY ATTENDANCE CHECK

対面の場合：毎月月初めに各キャンパスの国際課窓口で学生証を提示してください。

Google form の場合：毎月月初めに国際課が MUSCAT に掲示をする「在籍確認」の Google フォームに、下記の期限内に回答をして下さい。

In-person: Please show your student ID at the International Relations Office counter on each campus at the beginning of each month.

For Google form : Please submit the Attendance Check Form (Google Form) that IRO will post on MUSCAT at the beginning of a month.

Apr 4月	在校生(current student) (対面) face-to-face 15th(Mon) ~ 19th(Fri) 新入生(New students) MURAS の登録 Registration on MURAS Deadline: 5th (Fri)	Oct 10月	(対面) face-to-face 1st (Tue)~7th(Tue)	
May 5月	(対面) face-to-face 7th(Tue)~13th(Mon)	Nov 11月	(対面) face-to-face 1st(Fri)~7th(Thu)	
Jun 6月	(対面) face-to-face 3rd(Mon)~7th(Fri)	Dec 12月	(対面) face-to-face 2nd(Mon)~6th(Fri)	
Jul 7月	(対面) face-to-face 1st(Mon)~5th(Fri)	Jan 1月	(対面) face-to-face 6th(Mon)~10th(Fri)	
Aug 8月	(Googleform) 1st(Thu)~7th(Wed)	Feb 2月	(Googleform) 3rd(Mon)~7th(Fri)	
Sep 9月	(Googleform) 2nd(Mon)~6th(Fri)	Mar 3月	(Googleform) 3rd(Mon)~7th(Fri)	

2-2. 国民健康保険 NATIONAL HEALTH INSURANCE

日本に半年以上在留する留学生は、**必ず加入**し、きちんと保険料を支払ってください。

国民健康保険に加入していると、医療保険を取り扱う病院・薬局において医療費総額の3割を支払うだけで診療を受けることができます。加入手続きは、住民登録をした市・区役所の国民健康保険課で行います。保険料は、各市・区役所および前年度の所得等により異なりますので、各自で確認してください。また、病院に行くときは、必ず「保険証」を持参してください。

International students who stay in Japan for more than half a year must sign up the National Health Insurance (NHI) and pay insurance premiums properly.

If you are a member of the NHI, you can receive medical care at hospitals and pharmacies that handle medical insurance by paying only 30% of the total amount of medical expenses. The registration procedure is done at the NHI Division of the city or ward office where you registered as a resident. The insurance premium differs depending on each city and ward office and income in the previous year, so please check it by yourself. Also, please be sure to bring your health insurance card when you go to the hospital.

2-3. 国民年金 JAPANESE NATIONAL PENSION SYSTEM

国民年金は、加入者が老齢（2023年現在：65歳）に達したときや障害を負った場合等に支給される公的な年金制度です。日本に住む20-59歳の人は、外国人であっても、住民登録の対象となる人は国民年金に加入する義務があります。保険料の支払いが困難なとき、支払いを猶予したり、免除したりする制度があります。

<http://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150428.html>

< 学生納付特例制度 >

申請により、在学中の保険料の納付が猶予される制度です。

学生納付特例制度申請方法 How to Apply for Special Payment System for Students

住民登録をしている市（区）役所・町村役場の国民年金担当窓口以下に以下の書類を持参し申請を行ってください。

- ① 学生納付特例の申請用紙（A4版）
- ② 年金手帳（氏名記載のページ）のコピー
- ③ 学生証のコピー（表・裏面）

詳細は以下のURLをご確認下さい。

<https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150514.html>

The National Pension is a public pension system that is provided when a subscriber reaches old age (65 as of 2023) or suffers from a disability. If you are 20-59 years old and live in Japan, even if you are a foreigner, you have to join the national pension if you are eligible for resident registration. When it is difficult to pay insurance premiums, there is a system to defer or exempt payment.

<http://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150428.html>

< Special Payment System for Students >

It is a system that the payment of the insurance fee during the enrollment is deferred by application.

Bring the following documents with you to your local municipal office.

- ① Application form
- ② Pension passbook (copy of the page with your printed name)
- ③ Both sided copy of your student card.

For the details, please confirm the following URL.

<https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/menjo/20150514.html>

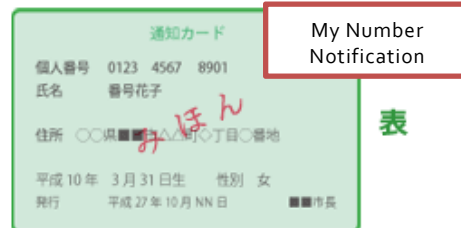
申請書 Application form

<https://www.nenkin.go.jp/shinsei/kokunen/kokunen.files/23.pdf>

2-4. マイナンバー SOCIAL SECURITY AND TAX NUMBER SYSTEM (MY NUMBER SYSTEM)

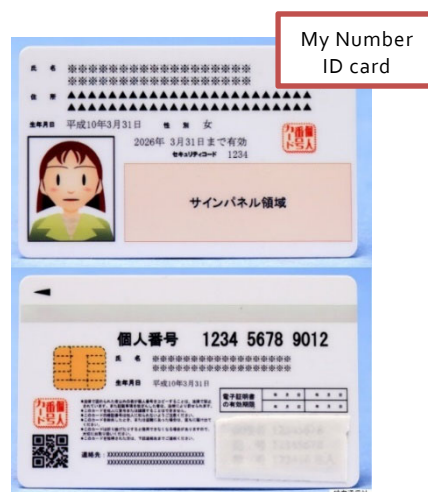
マイナンバーは国民一人一人を指定する 12 ケタの個人番号です。日本で住民登録をすると外国人留学生を含め、全員に与えられます。社会保障や税、災害対策の分野で使われます。住民登録を行うと後日、市・区役所からマイナンバーが書かれた「通知カード」が送られてきます。

A 12-digit "My Number" will be issued to you via post after you have registered your residency at the municipal office. It serves as your social security and tax number. The number links and puts together your personal information registered across different multiple agencies as an easy way of identification.



身分証明書である「個人番号カード」の発行を希望する場合（任意）は、通知カードに同封の「個人番号カード交付申請書」および説明書類をよく読み、手続きを行ってください。

You can also convert your notification card to also serve as a My Number ID card by filling in the application form that came along with your notification card in the post.



<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

English 简体中文 繁體中文 한국어 Español Português

2-5. 学生教育研究災害傷害保険(学研災)

PERSONAL ACCIDENT INSURANCE FOR STUDENTS PURSUING EDUCATION & RESEARCH (PAS)

本学では、(財)日本国際教育支援協会を通じて、全学生が傷害保険に加入しています。この保険が適用されるのは、下記の場合です。

- ・正課（大学の正規授業）、学校行事中、通学中
- ・学校施設内にいる間、課外活動中（学内及び学外で大学に届け出た活動）

もし、事故が発生したら、ただちに学生支援課（武蔵野学生支援課）へ申し出てください。詳細は入学時に配布された「しおり」に記載されていますので、確認してください。

At Musashino University, all students are enrolled in personal accident insurance through Japanese Educational Exchanges and Services (JEES). Accidents that occur in the following settings are applicable:

- ・In class, official school events, and when commuting directly between school and home.
- ・On and off campus extracurricular activities that have been approved by the university.

Accidents should be reported immediately to the Student Support Office of either campus. Check the details described in the Study Guide distributed at the time of your enrollment.

2-6. 健康管理 HEALTH MANAGEMENT

- ① 学内で病気や怪我をした場合は、**保健室**で応急手当をします。心の悩み相談については、**学生相談室（予約制）**が相談に応じます。これらの施設は、両キャンパスにありますので、利用してください。
 - ② 大学では、4月の初頭ガイダンス期間中に健康診断を実施します。**毎年**、必ず受診してください。受診後は、証明書自動発行機にて、健康診断書の発行ができます。奨学金申請や就職活動時など必要に応じて取得してください。
 - ③ 学生相談室は、カウンセラーとの面接という形で学生の皆さんの相談をお受けしている場です。ご自分の悩みをどこに相談していいかわからないという場合も、まずは学生相談室に相談してください。
- ① If you become ill or injured while on the university campus, you can receive first aid at the on-campus **Health Center**. If you have concerns of a mental or emotional nature, you can receive counseling at the **Counseling Room (by reservation only)**. These facilities are located on both campuses.
 - ② General health checkups are conducted annually in April during the orientation period and **should be taken every year**. Your health certificate can then be obtained from the Automatic Certificate Issuing Machine on either campus. Health certificates may be requested when applying for scholarships, jobs, etc.
 - ③ The Counseling Room is a place for students to consult with a counselor. Also, visit this room and receive counseling first when you do not know whom you should consult about your concerns.

保健室・学生相談室/Health center・Counseling Room

Ariake Campus Bldg No 1 1F
有明キャンパス：1号館1階

Musashino Campus Bldg No 2 Basement Level
武蔵野キャンパス：2号館地下



2-7. 日本語学習カウンセリング JAPANESE ACADEMIC COUNSELING

日本語学習に関する相談については、1対1の「日本語学習カウンセリング」をオンラインで提供しています。登録方法については、各学期の初めにMUSCATでお知らせします。

【相談内容】

日本語での会話練習、JLPTやBLTのテスト対策、日常生活や授業で使用する日本語についての相談ができます。

<実施期間>

2024年4月15日～7月31日

2024年9月20日～2025年1月25日

※平日の授業日のみ

学部・大学院の授業の課題やレポートのチェック、アドバイスは対象外です（評価に関わるため）。大学院の特定課題研究、修士論文についても同様に対象外です。

Japanese Academic Counseling is available online to all international students. Consultation can be 1-on-1. Check the available hours and how to use this support service on MUSCAT at the beginning of each semester. Counsellors will assist you with:

- Japanese language in daily life, also including class work.
- JLPT or BJT preparation.

< Available Period >

- April 15 to July 31, 2024
 - September 20, 2024 to January 25, 2025
- *weekday class days only

Checking and advice on issues and reports in undergraduate and graduate classes that are directly related to grades and evaluations are not eligible.

2-8. 国際交流イベント INTERNATIONAL EXCHANGE EVENT

国際課のサポーター学生を中心に、年に6回程度、日本人学生と留学生が交流できる国際交流イベントを開催しております。学部生、大学院生、協定留学生問わず、たくさんの留学生が毎回のイベントに参加しています。

日本人学生や、ほかの留学生と仲良くなりたいと思う方は、是非、参加してみてください。イベント情報については、MUSACT や、学内にポスターなどを掲示して、案内しております。

<主な活動内容>

・レクリエーション、BBQ、スポーツ大会、バスツアー、クリスマス会等

We organize international exchange events six times a year, primarily led by student supporters from the International Office. These events provide opportunities for Japanese students and international students, regardless of their undergraduate or graduate status, or whether they are exchange students, to interact and build connections.

If you're interested in making friends with Japanese students or other international students, we encourage you to join our events. Information about upcoming events can be found on MUSACT and through posters posted around the campus.

<Key activities include>

Recreational activities、BBQ
Sports competitions、Bus tours
Christmas parties、and more.

2-9. バディ制度 BUDDY PROGRAM

■ サポートを受ける

日本人学生が留学生をサポートします。グループやペアで、おしゃべりしたり、日本語や日本の習慣を教えてくださいたり様々な交流ができます。

■ サポートをする

留学生のみなさんが、日本人学生の語学学習支援をしたり、母国の文化・習慣を紹介したりします。

■ Receiving support

Local Japanese student supporters can assist you with Japanese student life and act as your language and/or cultural exchange partner.

■ Giving support

Likewise, it is also a great opportunity for you to share your language and culture to local Japanese students at Musashino University.

2-10. プレイヤー・ルーム PRAYER ROOM

留学生に限らず、ムスリムの学生が大学内で礼拝ができるよう、各キャンパスにプレイヤー・ルームが設置されています。

有明キャンパス：2号館1階CLS内

武蔵野キャンパス：5号館2階

使用可能時間はCLS利用可能時間に準じます。

There are player rooms on each campus so that not only international students but also Muslim students can pray on campus.

Ariake Campus: In CLS on the 1st floor of Building No. 2

Musashino Campus: Building No. 5, 2nd floor

Hours of use are in accordance with CLS available hours.

<注意点>

- ・男女共用
- ・飲食厳禁
- ・礼拝目的以外での使用禁止

<Cautions>

- ・This room allows for both men and women to use.
- ・Eating and drinking is not allowed.
- ・This room is prohibited to use other than for worship.

2-11. 各種奨学金 SCHOLARSHIPS

奨学金の募集情報は、随時 MUSCAT <43. 奨学金> で確認し、応募資格等を確認のうえ、応募してください。MUSCAT や掲示等を見なかったことにより被る不利益はすべて学生本人の責任となります。

奨学金の申し込みには担当教員の推薦状が必要になることがあります。通常、推薦状の依頼は学生が行いますが、3～7 営業日くらいかかりますので、早めに担当教員へ連絡をしておきましょう。

Please check the scholarship application information at MUSCAT <43. Scholarships> from time to time, and apply after confirming the qualification. Any disadvantages caused by not viewing the MUSCAT or notice are the responsibility of the student.

Some scholarships require a referral from your Advisor that you must obtain on your own. Processing can take up to 7 business days.

2-12. 成績評価と判定基準 GRADING SYSTEM

合格	S (90～100 点)	4.0	きわめて優れた成績を表します。
	A (80～89 点)	3.0	優れた成績を表します。
	B (70～79 点)	2.0	十分と認められる成績を表します。
	C (60～69 点)	1.0	十分ではないが学修目標の最低限は達成できていると認められる成績を表します。
不合格	D (59 点以下)	0.0	合格と認められる基準に達していないことを表します。
	X (1/3 以上欠席)	0.0	出席不良や、評価不能であることを表します。
	認	—	転編入や留学などにより他大学等で修得した科目の認定、認定科目を履修して合格した場合の評価を表します。
	不	—	認定科目を履修して不合格の場合の評価を表します。

Pass	S (90～100)	4.0	Excellent
	A (80～89)	3.0	Good
	B (70～79)	2.0	Satisfactory
	C (60～69)	1.0	Pass to be improved
Fail	D (59 点以下)	0.0	Poor
	X (1/3 以上欠席)	0.0	Failure
	認	—	Pass of Courses for Credit Transfer
	不	—	Failure of Courses for Credit Transfer

2-13. 進級や卒業について PROGRAM PROGRESSION & GRADUATION

各自、進級や卒業するために必要な単位や成績に注意してください。

特に、学部 1 年生は、2 年生に進級するための決まりをよく確認して理解しましょう。一旦履修登録した科目を取り消す場合、必ず期日内に登録変更を行ってください。そのままにしておく「X」がついて、進級・卒業に影響を及ぼすことになります。

Please pay attention to the credits and grades required for advancement and graduation.

Especially, first year undergraduate students should check and understand the rules to advance to the second year grade students. If you cancel the course registration, please make sure to change the registration within the due date. If you leave it as it is, you will get an "X" and it will affect your advancement and graduation.

2-14. 特定欠席・長期欠席について BEREAVEMENT/EXTENDED LEAVE

在学中、さまざまな事情により授業を欠席する場合、以下の届出が必要になります。提出は事後でも構いませんが、学期が終わるまでに担当教員に渡さないと、成績評価の際に考慮してもらえません。

Absence from class due to various reasons should be reported via the procedures below. Once completed, make sure to share it with your teacher before the end of the term or semester.

特定欠席届 SPECIAL ABESENCE

2 親等までの親族の死亡の場合

会葬礼状または死亡公的証明書を学生支援課/武蔵野学生支援課に提出

Death of a close relative, up to 2 degrees of separation

Death certificate OR proof of funeral attendance required. Submit to either campus' Student Support office

大学において予防すべき感染症にかかった場合

健康管理センター事務室で発行する登校許可書を提出 (例:インフルエンザ)。

You have contracted a contagious virus

Obtain a *Permission to Return to School* form from the on-campus medical center, or download a copy from MUSCAT and have it completed by your doctor. (For example: the flu)

長期欠席届 EXTENDED ABSENCE

- ① 学生本人の病気、その他の事由により2週間以上上修学できない者は、長期欠席届にその理由を記載し、学生支援課/武蔵野学生支援課に提出することができます。
- ② 病気療養による長期欠席の場合、医師の診断書(原本)の添付が必要です。
- ③ 提出期限は、随時(欠席期間の事前または事後)となります。
- ④ 学費は通常どおり納付していただき、欠席期間にかかわらず返還されません。また長期欠席期間は、在学年限に算入されます。
- ⑤ 長期欠席届は、欠席理由を明らかにするものであり、公欠扱いとはなりません。

- ① If you are absent from class for more than 2 weeks due to misadventure or sever illness, provide a written statement to Student Support office or Musashino Student Support Office.
- ② If your absence involved hospital stay, also obtain the doctor's certificate/report.
- ③ Submit the form any time before or after recovery.
- ④ Tuition fees are not waived for the period of absence. Also, the time you are away from school will result in the postponement of your graduation.
- ⑤ Your absence will be recorded against your school record, however will not be treated as official.

2-15. 休学・退学・除籍・卒業 WITHDRAWAL & GRADUATION FROM MU

病気またはその他のやむを得ない事情で休学・退学を希望する場合は、まず国際課に相談をして下さい。国際課と面談をし、在留資格等に関する注意事項をお伝えします。次に、学生支援課／武蔵野学生支援課窓口にて相談の上、手続を行ってください。

▽学籍について（武蔵野大学 HP）

<https://www.musashino-u.ac.jp/student-life/learning/register.html>

休学

「休学」は、その期間に大学に通わない、つまり留学生としての活動を行わないこととなります。そのため「日本に滞在する理由がない」とみなされ、原則速やかに帰国しなければなりません。また、休学中に日本に滞在してアルバイトをすることは禁止されています。絶対にしてはいけません。

退学・除籍

本学から離籍した場合、「留学」の在留期間が残っていたとしても、速やかに帰国をするか、引き続き日本に滞在する場合は在留資格を変更しなければなりません。国の要請により、大学は退学・除籍または所在不明となった学生について、入国管理局に報告します。

出入国在留管理局への届出

退学・除籍となってから 14 日以内に出入国在留管理局へ下記の書類を提出してください。届出は出入国在留管理局電子届出システムを利用したインターネット入力により行うことができます。URL:
<https://www.ens-immer.moj.go.jp/NA01/NA01SAction.do>

卒業

就職活動のために卒業後も引き続き日本に在留を希望する場合は、在留資格を「特定活動」へ変更してください。詳しくは卒業年次生対象のガイダンスで説明します。

If you wish to take a leave of absence or leave school due to illness or other unavoidable circumstances, please consult the International Relations Office first. IRO will have an interview and tell you some precautions regarding the status of residence, etc. Next, please consult with the Student Support Office/Musashino Student Support Office and follow the procedure.

More information:

<https://www.musashino-u.ac.jp/student-life/learning/register.html>

Leave of Absence

Leave of absence means that you are not doing the activity as a student, which will invalidate your student visa, including your work permit if you have it. Once you have completed the procedure of Leave of Absence, you will be required to leave Japan immediately.

Withdrawal/Disenrollment

Once you have completed the withdrawal/disenrollment procedures, we will inform the immigrations bureau of your change in status. The next step is to leave Japan immediately, or you can choose to remain in Japan by switching to another visa.

Before departure from Japan

Inform the immigrations bureau online that you are leaving Japan at:
<https://www.ens-immer.moj.go.jp/NA01/NA01SAction.do>

Graduation

Some students go on to do job-hunting after graduation. You can do this by switching to a job-hunting visa. More information about this process is provided at the pre-graduation ceremony information session.



第3章 日常生活について DAILY LIFE

3-1. くらしのルール LIVING CUSTOMS

(1) ゴミの出し方、分別について GARBAGE RULE



ゴミは、必ず自治体のルールに従い分別をして、決められた日時に、決められた場所に出して下さい。

可燃ゴミ（紙など）、不燃ゴミ、ペットボトル・カン類等の分別方法や、それぞれのゴミの収集日は各地域によって異なりますので、自分の住んでいる地域のルールを確認してください。

また、ゴミ袋も指定されたものを購入しなければならない地域もありますので、ご注意ください。

Please be sure to separate the garbage according to the rules of the local government and put it out in the designated place on the designated date and time.

Please check the rules of your area as how to separate combustible garbage (paper, etc.), non-combustible garbage, plastic bottles, cans, etc., and the collection date of each garbage depends on the area.

Also, please be aware that you have to buy designated garbage bags in some areas.

粗大ゴミ：（家具（机、イス）類、電気製品（テレビ、冷蔵庫、洗濯機など）、自転車など）の回収は有料です。各市・区役所へ申し込み、先払いしてから決められた日にゴミを出すので、早めに連絡するようにしましょう。

Collecting oversized garbage: (Furniture (Desk, chair), electrical appliances (TVs, refrigerators, washing machines, etc.), bicycles, etc.) is charged. Apply to each city and ward office, pay in advance and take out the garbage on the designated day, so let's contact them early.



(2) 自転車の利用について USING YOUR BICYCLE

① 自転車保険加入

東京都や神奈川県、千葉市、埼玉県など、34 都道府県・2 政令指定都市では、自転車利用者の自転車損害賠償保険等への加入が義務化されました。自転車を利用する学生は必ず自転車保険に加入してください

① Bicycle insurance

In 34 prefectures and 2 ordinance-designated cities such as Tokyo, Kanagawa, Saitama Prefectures, and Chiba-city, it has become mandatory for bicycle users to take out bicycle liability insurance. Students who use bicycles must have bicycle insurance.

② 防犯登録

日本では、自転車の盗難防止のため、自転車の防犯登録をする必要があります。登録していない自転車を持っていると、警察官に調べられた時、「自転車泥棒」になってしまいます。新しい自転車を買った時、その自転車店で「防犯登録」をしてください。友人からの譲り受けや中古のリサイクル店から買った場合にも、防犯登録がされているかどうかを確認する必要があります。登録済みなら、登録した人に「譲渡証明書」を書いてもらい、警察署で「防犯登録の変更」をしてください。（費用は 500 円です）

② Theft prevention registration

In Japan, you need to register your bicycle for crime prevention in order to prevent bicycle theft. Unregistered bicycles will be considered as stolen property. When purchasing/receiving a new or second-hand bicycle, register it at any bicycle store. For second-hand bicycles, the previous owner must fill out a Certificate of Transfer and hand it to the nearest police station (a 500 yen administrative fee will incur).

③ 駅前駐輪場

駅前などでは、自転車置き場以外の場所に自転車を駐輪すると、放置自転車として撤去される場合がありますので、注意してください。

③ Train station bicycle parking

Bicycles not parked at designated parking areas will be treated as abandoned property, and may be subjected to disposal without warning.

<自転車に乗る時の注意>

傘を差したり、物をもったり、携帯電話の操作や音楽を聴きながら運転することは、法律で禁止されています(5万円以下の罰金)。荷物はかごや荷台に固定し、雨の日はレインコートなどを着用しましょう。運転中は、安全に十分気をつけてながら、ゆっくり走ってください。

近年、車や歩行者との事故が増えています！特に相手に怪我をさせてしまうと、「学研災」の保険は適用されませんので、御自身で、自転車保険に加入するようにしてください。

Precautions when riding a bicycle:

Riding a bicycle while carrying any object will attract a fine up to 50,000 yen. Belongings should go in the basket or rear luggage rack. Wear a raincoat for wet weather and ride slowly, paying attention to hazards. The PAS insurance does not cover you for third-party damage.

(4) 住まいについて GENERAL LIVING ADVICE

契約書に記載されたとおり、暮らしの決まり（ルール）を守って生活しましょう。たとえば住居人数が一人の場合、勝手に友達と住んではいけません。契約違反です。また、特別な設備がない限り、流しや排水口やトイレに生ごみや廃油を流さないでください。詰まらせて賠償請求されることもあります。十分気をつけてください。

Obey the rules of your accommodation contract. For example, do not co-live with someone if the contract specifies 1 tenant permissible.

In addition, unless there are special facilities, exercise caution not to throw away raw garbage or used oil down sinks, drains and toilets. It may clog the pipes and you may be charged the repair fee.

(5) 引越しをするときは、郵便物の転送手続きをしましょう MAIL FORWARDING SERVICE

郵便局には、旧住所から転居先まで 1 年間、郵便物を転送してくれるサービスがあります。最寄りの郵便局窓口またはインターネットでの手続きが可能ですので、利用しましょう。また、市区役所での転出・転入届も忘れずに！

The post office provides a mail forwarding service from your old address to your new address for up to 1 year. Apply at the post office or online at the links provided below.

In addition, do not forget to submit moving-out and moving-in notifications at your municipal office.

・郵便物の転送サービス Postal forwarding service

(日) <https://www.post.japanpost.jp/service/tenkyo/index.html>

(EN) http://www.post.japanpost.jp/service/tenkyo/index_en.html

日



EN



3-2. 日本での住居探しや引っ越しについて FINDING OWN ACCOMMODATION IN TOKYO

住居を探すとき FINDING ACCOMMODATION



MUBS では、武蔵野大学生が安心して生活できるお部屋探しをサポートしています。たとえば、武蔵野大学近隣の大家さんが保有する物件の紹介や、武蔵野大学生特典が受けられる不動産会社などの紹介を行っております。

MUBS provides assistance for Musashino University students looking for off-campus accommodation. They are able to connect you with local landlords and real-estate agents that are looking particularly for Musashino University students.

引っ越し・退去するとき

・住む家が決まった時や引っ越し（退去）が決まった時

大学の寮に住む場合：大学へ連絡（退去前に管理人立ち合いの元お部屋のチェックや鍵の返却が必要になります。）

大学の寮以外の住居に住む場合：不動産会社へ連絡

・水道・電気・ガスいずれの解約手続き（退去のとき）は、解約の 3 日前まで可能です。

ご自身で、解約のための手続きを行います。以下の情報を参考に、手続きを行ってください。

・電話またはインターネットでの申込が可能です。

・退去時には立ち合いが必要な場合があります。



When moving-in or out of:

・Any Musashino University dormitory: notify the university

(When moving out, a staff member will conduct a room check and the returning of your room key will be organized.

Non-affiliated accommodations: consult with the real-estate agent you signed the contract with.

・Cancelling water/electricity/gas services when moving out

You will need to cancel your utility services on your own – information is provided below. Please be aware that you may be required to be present at your room when the serviceman visits to cancel your service.



(日/JP) https://suidonet.waterworks.metro.tokyo.jp/inet-service/uketsuke/main_japan

(英/EN) https://suidonet.waterworks.metro.tokyo.jp/inet-service/uketsuke/main_english

電話番号: 毎月の請求書に書いてある“お客様センター”に電話します。



東京電力エナジーパートナー

(日/JP) <http://www.tepco.co.jp/ep/private/moving/movingo2.html>

(英/EN) <https://www4.tepco.co.jp/en/customer/guide/moving-e.html>

電話番号: 毎月の請求書に書いてある“カスタマーセンター”に電話します。



(日) <http://home.tokyo-gas.co.jp/summary/moving/index.html>

電話番号: 毎月の請求書に書いてある“お客様センター”に電話します。

【住所・電話番号変更の手続き】

住所が変更になった場合、引っ越し前に住んでいた区または市役所にて“転出届”の手続きが必要となります。また、新しく住みはじめる住所の区または市役所では“転入届”の手続きを行ってください。“転入届”の手続きの際、在留カードの裏面に新しいカードが記載されます。

この手続きが完了したら、学内の手続きが必要になります。MURAS に新しい住所が書かれた在留カードをアップロードしてください。アップロードが完了しましたら、在留カードを持参し国際課にて「学籍内容変更届」を提出して下さい。その後、国際課で印をもらった「学籍内容変更届」を学生支援課、または武蔵野学生支援課に提出して下さい。電話番号が変更になった場合も「学籍内容変更届」の提出が必要です。

【Changing your residential address or phone number】

After relocating to a new residence, you must notify the local ward/city office. If you are moving to different ward/city, you must register yourself once more at your new local office. Once you have completed the latter, the new address will be added to your Resident Card and you then must come to the Musashino University International Relations Office and notify our staff by submitting the form so that we can update your records in the school system. Please submit the form as well when you change your phone number.

学籍内容変更届/Notification of Change of Status of Residence

武蔵野大学学務 局 Attn: President, Musashino University 学籍内容変更届 記入日/Date: 20 年(Y) 月(M) 日(D)

学籍番号/ Student number	学科/ Department	入学 Year	学年/ Year	入力	学生支援課	国際課	
姓*/ Katakana 氏名/Name				届出 ()	届出 ()		
【変更事項/Changes】 変更する項目に○印を付す。(Tick the changed field(s).)				【電話番号/ Telephone number			
○学籍本人/Student				○自宅/ Landline			○携帯/ Mobile
○住所/ Address				○勤務先/ Workplace			
居住地別/Residence category (該当するものを○印で付す。/Tick the applicable category)				特記事項/Special notes			
○自宅 (実家) /Parent's house ○学生寮/Student dormitory ○アパート等/Apartment				住居の種別 (有・無) JASSO番号 (有・無) スポーツ・メントクラブ (有・無)			
○学生寮/Student house ○縁故宅/Acquaintance's ○その他/Other ()				【電話番号/ Telephone number			
緊急連絡先① (保証人) /Emergency contact person in Japan ①				○自宅/ Landline			○携帯/ Mobile
姓*/ Katakana 氏名/Name				○勤務先/ Workplace			○勤務先 電話番号/ Workplace phone number
○住所/ Address				○電話番号/ Telephone number			
緊急連絡先② /Emergency contact person in Japan ②				○自宅/ Landline			○携帯/ Mobile
姓*/ Katakana 氏名/Name				○勤務先/ Workplace			○勤務先 電話番号/ Workplace phone number
○住所/ Address				○電話番号/ Telephone number			

学籍内容変更届の様式はこちらから
ダウンロードして下さい。

Please download the format here.



部屋探しに関する用語集 FREQUENTLY USED TERMINOLOGY

保証金、敷金 (Liability insurance fee, security deposit)

契約時、大家さんに預けるお金です。このお金は、原則家賃を滞納したときに充当されます。故意・過失によるお部屋や建物の補修費などに充てられる場合もあります。

This fee is collected by the landlord at the time of signing the contract. The money is used in the event(s) such as a) you are falling behind in your rent payment schedule, or b) cover the cost of damage to your room and/or the property itself.

礼金 (Gift money)

大家さんへ、契約の謝礼として支払うお金です。

This is essentially 'thank you' money for letting the agent rent you the apartment.

(敷金) 償却 (Security deposit refund)

敷金や保証金から、解約時などに無条件で差し引くお金のことを言います。礼金は入居時に支払うのに対して、償却は入居時に預けていた敷金や保証金の一部が退去時に差し引かれます。

A full or partial amount of the liability insurance fee or security is refunded to you when your contract comes to an end.

共益費、管理費 (Maintenance or strata fee)

建物の共同部分の電気代、消耗品代、維持費などの費用です。

This fee is used for building maintenance and development, and resupply of consumables etc.

仲介手数料 (Brokerage fee)

物件を紹介してくれた不動産会社に対して支払う手数料です。

This is an administrative fee collected by the real-estate agent for introducing you to the property.

3-3. 運賃の学生割引制度 (学割) について STUDENT TRAVEL CONCESSIONS

通学定期以外にも、たとえば 100km を超えて旅行する場合、学生割引制度 (学割) を利用すると、普通運賃 20% 割引となるなど、JR、私鉄、高速バス、フェリーなどには、各種学割制度があります。詳しくは、それぞれの交通機関を運営する会社へ問い合わせてください。

Students are eligible for concession travel on public transport, as well as various discount schemes offered by all modes of public transport, including a 20% discount on regular fares when travelling more than 100km. For more information, contact the company that operates each transportation service.

学割は、各キャンパスの証明書自動発行機 (有明: 1 号館 1 階 / 武蔵野: 6 号館 1 階) で発行できます。

Student concession certificates can be obtained from the Automatic Certificate Issuing Machine on each campus (Ariake: Building No. 1, 1F; Musashino: Building No. 6, 1F).

3-4. 防災・火災について DISASTER PREVENTION AND FIRE

日本では、地震や津波、台風などの自然災害が起こることがあります。自然災害はいつ起こるか分かりません。防災について知識をつけ、もしもの時に備えて身を守る力をつけましょう。

In Japan, natural disasters such as earthquakes, tsunamis and typhoons can occur. There is no telling when a natural disaster will occur. Learn about disaster prevention and build up the strength to protect yourself in case.

災害の状況に応じて、まれに大学の授業が休講になることがあります。大学の HP の情報を確認するようにしてください。

Depending on the situation of the disaster, the classes of the university may be canceled in rare cases. You should check the information on the university's website.

(1) 地震が発生したときの心得

地震は日本で最も多く発生する自然災害の 1 つです。被害を最小限に抑えるには、一人ひとりが冷静に適切な行動をすることが重要です。

Earthquake is one of the most frequent natural disasters in Japan. To minimize injury and damage from an earthquake, remain calm and take the following actions.

■地震が起こったとき/ When the earthquake occurs

基本行動 Basic action	<ul style="list-style-type: none"> ・机の下にかくれるなど、身の安全を守る。 ・出口を確保する ・地震がおさまってから行動する。 ・火の始末は揺れがおさまってから。 	<ul style="list-style-type: none"> ・Protect your safety by hiding under the desk etc. ・secure a way out ・Act after the earthquake stops. ・Put out the fire after the shaking stops.
大学で At school	<ul style="list-style-type: none"> ・机の下にもぐり、頭部を守る。 ・教職員がそばにいる場合は指示に従う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・Go under the desk and protect your head. ・Follow all staff instructions.
学外で At outside of the university	<ul style="list-style-type: none"> ・カバンなどで頭部を守り、広い場所へ避難する。 ・慌てずに行動する。 ・テレビやラジオで情報を収集する。 (デマに惑わされないように！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・Protect your head with a bag and evacuate to a wide area. ・Act without haste. ・Turn on the TV/radio for news updates.



普段から、高いところに、物は置かないようにするなど、身の回りを安全に。自宅周辺の避難所を確認するなどしておきましょう。大地震などの災害時は、一般電話や携帯電話の通話は規制され、かかりにくくなります。注意してください。

地震以外にも、台風や大雪、雷など災害はいつ起こるかわかりません。各携帯電話会社の「災害伝言ダイヤル」の利用方法を事前に確認しておきましょう。より詳しい防災の情報については防災ブック「東京防災」をご覧ください。

▶ 防災ブック「東京防災」QRコード



Avoid placing objects up high and find out where your nearest evacuation area is in advance. In a large earthquake, telecommunications will be affected and there will be difficulty in establishing connections.

Other than earthquakes, we don't know when disasters such as typhoons, heavy snow and thunder will occur. Check in advance how to use the Disaster Emergency Message Dial of each mobile phone company. Please refer to the disaster prevention book "DISASTER PREPAREDNESS TOKYO" for more detailed information on disaster prevention.

▶ DISASTER PREPAREDNESS TOKYO



(2) 火災予防と火災時の避難の心得 Fire prevention and evacuation during a fire

- ・火の取扱には十分注意する
(コンロ、ストーブ、タバコ等)
- ・故障している電気製品は使用しない。タコ足配線はしない。
- ・火事がおきたら（火事を見つけたら）「火事だ」と大声周囲に知らせるか、非常ベルを鳴らす、119 番に電話するなどしてください。
- ・煙の中を避難するときは、煙を吸わないように姿勢を低くして動く。
- ・エレベーターは使用しない。

- ・ Handle sources of fire with great care (stove, heater, cigarette, etc.)
- ・ Do not use broken electric appliances. Do not use multi-socket adapters.
- ・ If a fire occurs (if you spot a fire), call out loudly to alert people in the vicinity or set off an emergency alarm, and call 119.
- ・ When evacuating, stay close to the ground to minimize smoke inhalation.
- ・ Do not use elevators.



3-5. 詐欺・勧誘に注意を FRAUD & ILLICIT SOLICITATIONS

昨今若者を狙う悪質商法や勧誘が増えています。

- ・いらぬものは「いらぬ」とその場ではっきり勇気を持って断りましょう。
- ・優しいことば、うまい話、儲け話には気をつけましょう。
- ・うかつな署名・押印はやめましょう。
- ・契約内容を十分確認しましょう。
- ・昨今宗教団体等を名乗り、巧妙に洗脳や現金を搾取する団体があります。留学生も勧誘の対象になりますので、くれぐれも注意してください。
- ・契約した覚えのない請求は、請求先には絶対連絡せずに、全て無視しましょう。



In recent years, there has been more and more fraud and solicitations targeting young people.

- Have the courage to clearly say [no] to anything you do not want.
- Beware of kind words, sweet deals and moneymaking schemes.
- Do not sign anything or affix your seal carelessly.
- Carefully check the content of any contracts you enter into.
- Recently, there are groups that brainwash people or take money from people in the name of religious or other kinds of groups. Even international students are the target of their solicitations. Please exercise caution.
- If you receive a billing statement for something that you have no recollection of, never contact the sender of the bill, and completely ignore it.

大学周辺の医療機関 NEARBY MEDICAL



<有明キャンパス | ARIAKE CAMPUS>

病院名	Internal 内科	Dermatology 皮膚科	Dental 歯科	General 総合
<small>Tokyo Fashion Town Bldg Clinic</small> 東京ファッションタウンビルクリニック (TEL: 03-5530-3020) <small>Kōtō-ku Ariake TFT Bldg -East Hall-</small> 〒135-8071 江東区 有明3-6-11 TFTビル東館3F Mon 月～水、金、土: 10:00-13:00, 15:00-18:30 ※土曜日は午前の診療のみ	●	●		
<small>TFT Building Orion Dental Office</small> TFTビル オリオンデンタルオフィス (TEL: 03-5530-5676) <small>Kōtō-ku Ariake TFT Bldg -East Hall-</small> 〒135-8071 江東区 有明3-6-11 TFTビル東館3F Mon 月～土(第1,3のみ): 10:00-13:30, 15:00-19:20 ※土曜日は 10:00～17:00			●	
公益財団法人がん研究会 有明病院 (TEL: 03-3570-0541) <small>Kōtō-ku Ariake</small> 〒135-8550 江東区 有明3-8-31 <small>Mon Fri Appointments only</small> 月～金: 9:00-12:00 ※外来診療は原則、予約制				●

<武蔵野キャンパス | MUSASHINO CAMPUS>

病院名 HOSPITAL NAME	Surgery 外科	Internal 内科	Optometry 眼科	Ear Nose Throat 耳鼻咽喉科	Dermatology 皮膚科
<small>Musashino Family Clinic</small> 武蔵野ファミリークリニック (TEL: 042-453-8500) <small>Nishi Tōkyō-shi Shin-Machi</small> 〒202-0023 西東京市 新町1-2-20 <small>Tue Sat Thu/Sat AM session only</small> 火～土: 9:00-12:30, 14:30-17:30 ※木・土は午前の診療のみ		●			
<small>Sashida Clinic Neurosurgery</small> 指田医院 (脳神経外科) (TEL: 042-461-1128) <small>Nishi Tōkyō-shi Tanashi-Machi</small> 〒118-0011 西東京市 田無町4-2-11 <small>Mon Wed Fri Sat Saturdays open AM session only</small> 月～水、金～土: 9:00-12:00, 13:00-19:00 ※土は午前の診療のみ	●	●			
<small>Itō Skin & Surgery Clinic</small> 伊藤皮膚科形成外科クリニック (TEL: 0422-50-0076) <small>Nishi Tōkyō-shi Shin-Machi</small> 〒202-0023 西東京市 新町2-5-15 <small>Mon Wed Fri</small> 月～水、金: 9:30-12:00, 15:00-18:00 <small>Sat</small> 土: 9:30-12:00, 14:00-16:00					●
<small>Nagata Gastrointestinal Clinic intestinal abdominal</small> 永田外科胃腸内科 (消化器科、胃腸科など) (TEL: 042-465-8530) <small>Nishi Tōkyō-shi Minami-Machi</small> 〒188-0012 西東京市 南町4-12-6 <small>Mon Wed Fri Sat Saturdays morning session only</small> 月～水、金～土: 9:00-13:00, 15:00-18:00 ※土は午前のみ診療		●			
<small>Maruyama Eye Clinic</small> 丸山眼科クリニック (TEL: 0422-55-5812) <small>Nishi Tōkyō-shi Shin-Machi</small> 〒202-0023 西東京市 新町2-5-15 <small>Mon Wed Fri Sat</small> 月～水、金～土: 9:30-12:00, 15:30-18:00 ※火・土は午前診療のみ			●		
<small>Musashino Ear Nose Throat Clin</small> むさしの耳鼻科矢野医院 (TEL: 0422-52-3932) <small>Musashino-shi Nishi-Kubo</small> 〒180-0013 武蔵野市 西久保3-7-11 <small>Mon Tue Thu Sat Saturdays open AM session only</small> 月～火、木～土: 10:30-14:30, 16:00-19:30 ※土は午前のみ診療				●	

東京都医療機関・薬局案内サービス

Tokyo Medical Institution and Pharmacy Information Service

<p>東京都内の医療機関と薬局の情報を調べることができるシステムです。日本語以外の言語で対応できる医療機関を検索することもできます。</p>	<p>It is a system that you can check the information of medical institutions and pharmacies in Tokyo. You can also search for medical institutions that can support you in languages other than Japanese.</p>
<p>http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13tomnlt.asp</p>	
<p>医療機関案内/ Medical institution guide</p>	
<p>下記の電話番号に問い合わせをすると、毎日24時間お問い合わせの時間に診療を行っているお近くの医療機関を、コンピュータによる自動応答サービスで案内してくれます。</p>	<p>If you call the number below, a computerized automated attendant service will guide you to a nearby medical institution that is open 24 hours a day.</p>
<p>電話/TEL 03-5272-0303</p>	

ENGLISH SPEAKING HOSPITALS



Tōkyō Eisei Byōin
 東京衛生病院 (Tokyo Adventist Hospital)
Tōkyō-to Suginami-ku Amanuma
 〒167-8507 東京都 杉並区 天沼3-17-3
 TEL: 03-3392-6151
Ogikubo Station
 Access: 10min walk from 荻窪駅 (JR
Chūō Line
 中央線)



Seibo Byōin
 聖母病院 (International Catholic Hospital)
Tōkyō-to Shinjuku-ku Naka-Ochiai
 〒161-8521 東京都 新宿区 中落合2-5-1
 TEL: 03-3951-1111
Shimo-Ochiai Station
 Access: 5min walk from 下落合駅
Seibu-Shinjuku Line
 (西武新宿線)



Seiroka Kokusai Byōin
 聖路加国際病院 (St. Luke's International Hospital)
Tōkyō-to Chūō-ku Akaishi-chō
 〒104-8560 東京都 中央区 明石町9-1
 Phone: 03-3541-5151
Tsukiji Station Hibiya Line
 Access: 5min walk from 築地駅 (日比谷線)



Tokyo Ika Shika Daigaku Igaku-bu Fuzoku Byōin
 東京医科歯科大学医学部附属病院
 Tokyo Medical & Dental University Hospital
Tōkyō-to Bunkyo-ku Yushima
 〒113-8519 東京都 文京区 湯島1-5-45
 TEL: 03-3813-6111
Ochanomizu Station
 Access: 3min walk from 御茶ノ水駅 (JR
Chūō Line
 中央線) or 1min walk from 御茶ノ水駅 (丸の内線)

世界の幸せをカタチにする。

Creating Peace & Happiness for the World



Musashino University

武蔵野大学